

ULKOILE OSALLISTU VAIKUTA



1

TAPAHTUMAT 2020

Yhdistysten palautteiden perusteella jatketaan useampia tänä vuonna toteutettavia tapahtumia ja kiertueita

- 📅 **Ulkona kuin lumiukko**
 - Helmikuu 2020
 - Konseptia kehitetään tästä vuodesta
- 📅 **Nuku yö ulkona**
 - 29.8. Suomen luonnon päivänä

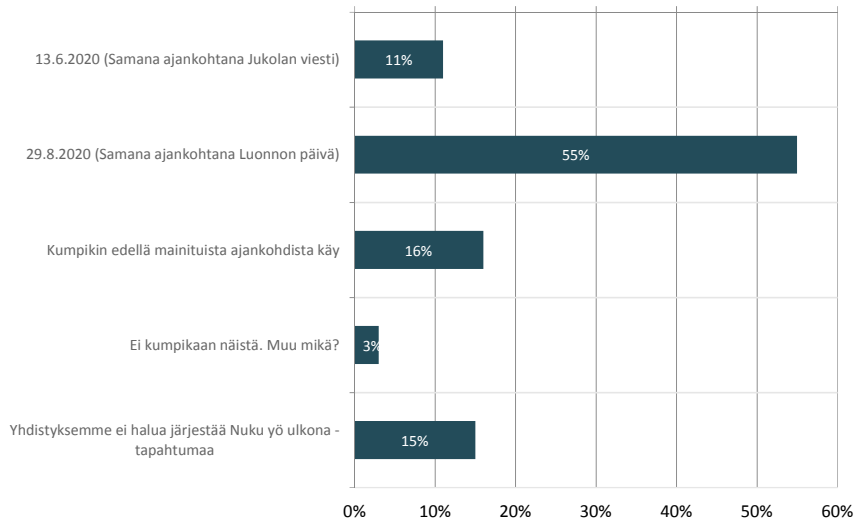


Ulkoile | Osallistu |
Vaikuta

2

2. Nuku yö ulkona -tapahtuman päivämäärä on vaihdellut vuosittain. Minä ajankohtana yhdistyksesi olisi valmis järjestämään Nuku yö ulkona tapahtuman vuonna 2020?

Vastaaajien määrä: 71



3

TAPAHTUMAT 2020

Retkeilykiertue

- Sulanmaan retkeilyn edistämistapahtuma
- Retkeilyvinkkejä kokemattomammille retkeilijöille
- Yhdistys vastaa yhdestä toiminnallisesta pisteestä ja lähireittien esittelystä
- Suomen Latu tuo yhden toiminnallisen vinkkipisteen



Ulkoile | Osallistu |
Vaikuta

4

TAPAHTUMAT 2020



Hyvinvointia luonnosta

- Perustuu Metsämieli-hyvinvointimenetelmään
 - Metsämieli- menetelmä yhdistää luonnossa liikkumisen ja helpot mielentaitojen harjoitukset, jotka auttavat rentoutumaan, rauhoittumaan ja virkistäytymään luonnossa liikkussa
- Kannustaa matalan kynnyksen liikkumiseen luonnossa, oman kehon kuulumisten kuunteluun, rentoutumiseen, rauhoittumiseen ja virkistäytymiseen sekä oman luontosuhteen herättämiseen ja syventämiseen
- Kiertuetapahtuma sisältää kokemuksellisen 1,5 h luontoretken ohjattujen harjoitusten avulla ja 1h toiminnallinen tietoisuus luonnon hyvinvointi- ja terveystaakatuksista
- Lopuksi yhdistyksen oman toiminnan jatkosuunnittelua yhdessä vetäjän kanssa
- <https://www.suomenlatu.fi/ulkoile/hyvinvointi/metsamieli.html>

Ulkoile | Osallistu |
Vaikuta

5

TAPAHTUMAT 2020



Seikkailevat perheet -hanke

- Uusi perheliikuntaa tukeva hanke. Hanke käynnistyy 1.8.2019 ja päättyy 31.12.2021.
- Tavoitteena löytää yhdistykseen uusia vapaaehtoisia ja toiminnan malleja perheliikuntaan
- Hankkeessa etsitään vertaisohjaajaperheitä, jotka ohjaavat 4-6 kokoontumiskerran kokonaisuuden omassa lähiympäristössään
- Ryhmien tavoitteena hauska yhdessäolo yhdessä ulkona liikkuen
- Kohderyhmänä ensisijaisesti alle 10 –vuotiaat lapset perheineen
- Yhdistyksen aktiiveista valitaan ”kummi”, jonka tehtävänä on olla tukihenkilönä ja linkkinä ryhmän ja yhdistyksen välillä



Ulkoile | Osallistu |
Vaikuta

6

TAPAHTUMAT 2020



Seikkailevat perheet -kiertue

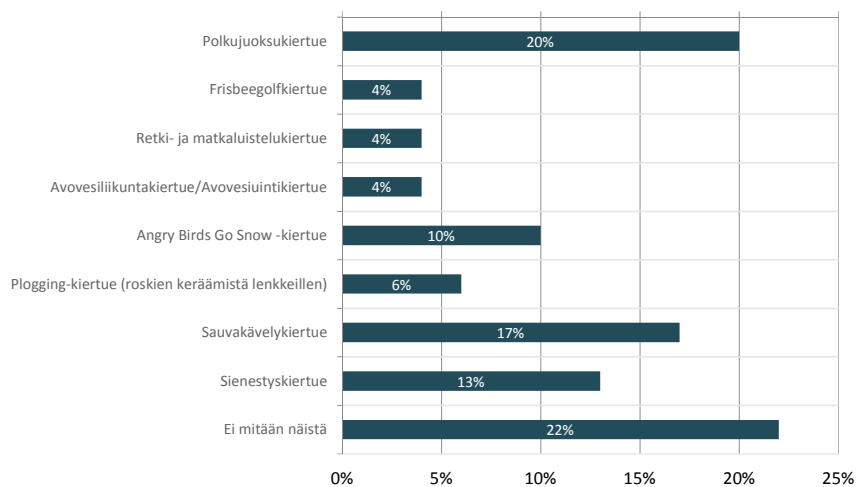
- Toimii lähtölaukauksena Seikkailevat perheet – toiminnalle yhdistyksissä
- Hankkeessa ja kiertueella hyödynnetään meneillään olevan Perheliikunnan kehittämishankkeen tuotoksia
- Alustavasti suunnitteilla 10-15 paikkakuntaa
- Kiertueella etusijalla ovat ne yhdistykset, joissa ei ole vielä vakiintunutta perheliikuntatoimintaa
- Kiertueen sisältö ja toimintamalli tarkentuvat sen jälkeen kun Seikkailevat perheet –hanke on saatu käyntiin



Ulkoile | Osallistu |
Vaikuta

7

KIERTUEÄÄNESTYS 2020



Ulkoile | Osallistu |
Vaikuta

8



KIERTUEÄÄNESTYS 2020

- ☐ Ennakkokyselyn perusteella kolme eniten ääniä saanutta kiertuetta ovat (aakkosjärjestyksessä)
 - Polkujuoksu
 - Sauvakävely
 - Sienestys
- ☐ Näistä valitaan yksi äänestämällä
- ☐ Äänestystapa: yksi yhdistyksen edustaja siirtyy seisomaan ko. valintaa koskevalle seinustalle

Ulkoile | [Osallistu](#) |
Vaikuta

9



KIERTUEET 2019

- ☐ Retkeilykiertue 4.5.-16.6.
 - 18 paikkakuntaa
 - <https://www.suomenlatu.fi/retkeilykiertue>
- ☐ Polkujuoksukiertue 7.5.-18.6.
 - 12 paikkakuntaa
 - <https://www.suomenlatu.fi/ulkoile/lajit/polkujuoksu/polkujuoksu-tutuksi-kiertue-2019.html>
- ☐ Hyvinvointia luonnosta 4.8.-26.9.
 - 19 paikkakuntaa
 - <https://www.suomenlatu.fi/hyvinvointia-luonnosta-kiertue/etusivu.html>
- ☐ Lisäksi Tahko Pihkala seura järjestää sauvakävelykiertueen 24.4.-24.5.
 - <https://www.suomenlatu.fi/ulkoile/lajit/sauvakavely-2/sauvakavelyn-uedet-tuulet-tapahtumakiertue-2019.html>

Ulkoile | [Osallistu](#) |
Vaikuta

10

